

De kunst van pelgrimeren

De geestelijk verzorger
als verbeeldingsprofessional

Hans Alma



Eburon
Utrecht 2024

Voor Eddy en Maurice, onze onuitputtelijke bron van verbeelding

ISBN 978-94-6301-487-8

Academische Uitgeverij Eburon, Utrecht
www.eburon.nl

Omslagontwerp: Textcetera, Den Haag
Grafisch ontwerp: Studio Iris, Leende

© 2024 H. Alma. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of op enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de rechthebbende.

INHOUD

<i>Pelgrim Installatie</i>	7
<i>Existentie</i>	9
Voorwoord	11
Hoofdstuk 1. De geestelijk verzorger als verbeeldingsprofessional: een introductie	15
Inleiding	15
Levensbeschouwelijke competentie	19
Levensverkenning	22
Verbeelding en hermeneutisch experimenteren	25
Tot besluit	29
Hoofdstuk 2. Het eigene van geestelijke verzorging	31
Inleiding	31
Zingeving en levensbeschouwing als domein van geestelijke verzorging	32
Kernrelaties aandacht, compassie en zorg	36
Verbeelding als werkzame en verbindende kracht	40
Narratieve werkvormen	43
Uitnodiging en antwoord	45
Transcendentie of present worden van het heilige	46
Tot besluit	48
Hoofdstuk 3. Aandacht, compassie en zorg	49
Inleiding	49
Aandacht als vorm van getuigen	49
Aandacht in relatie tot het goede doen	51

Aandacht als kunst	52
Aandacht als interactie	55
Aandacht als de bron van de ethische, existentiële en spirituele dimensies van zingeving	58
Oefening in aandacht	62
Tot besluit	67
Hoofdstuk 4. Verbeelding als werkzame kracht	69
Inleiding	69
‘Uncannily unstable’	70
De warmte en intimiteit van verbeelding	73
Nieuwe geboorte	74
Een holistisch perspectief op verbeelding	77
Radicale mogelijkheid	79
Samen stem geven aan de toekomst	81
Verbeeldingscyclus	82
Tot besluit	88
Hoofdstuk 5. Hermeneutisch experimenteren	91
Inleiding	91
Hermeneutiek in relatie tot het heilige	93
Hermeneutisch experimenteren ten dienste van het heiligen van het leven	96
Toepassingsmogelijkheden	103
Tot besluit	108
Hoofdstuk 6. Conclusie	111
Literatuur	117



Claudia de Vos, Pelgrim|Installatie, 2021

VOORWOORD

Verbeelding, we plukken er allemaal de (soms wrange) vruchten van. Onze culturele manier van de aarde bewonen zou niet mogelijk zijn zonder de menselijke verbeeldingskracht. Ook in ons persoonlijke leven doet de verbeelding haar werk, bijvoorbeeld wanneer we ons in gedachten voorbereiden op een lastig gesprek. We stellen ons de plek van ontmoeting voor, wat we zullen zeggen, hoe de ander daarop zal reageren. Zulke mentale experimenten behoeden ons voor missers in de dagelijkse praktijk.

Wetenschappelijk onderzoek maakt duidelijk dat niet alleen menselijke dieren beschikken over verbeeldingskracht. NOS Nieuws maakte op vrijdag 3 november 2023 melding van een Amerikaanse studie die aantoonde dat ratten in een virtuele omgeving in staat zijn om te denken aan spullen en plekken die op dat moment niet aanwezig zijn. Het gaat hierbij om een 'rijke' vorm van verbeelding, die zich niet beperkt tot een mentaal plaatje. De ratjes gaven er blijk van zich doelbewust iets te kunnen voorstellen.

Dergelijk onderzoek maakt het domein van de verbeelding extra fascinerend. Sinds ik tijdens mijn promotie-onderzoek ontdekte hoe belangrijk verbeeldingskracht is in het menselijke zoeken naar zin, houdt de verbeelding me in mijn professionele leven bezig. Ik bestudeer sinds jaren de rol van verbeelding in zingeving en levensbeschouwing. Ik heb in interviews geleerd hoe religieuze verhalen voor mensen kunnen gaan leven en persoonlijke zeggingskracht kunnen krijgen. Kunstenaars hebben me inzicht gegeven in hoe zij hun verbeeldingskracht inzetten om nieuwe mogelijkheden te ontdekken in het materiaal waarmee ze werken. Psychologen en filosofen openden op dit gebied nieuwe werelden voor me. Kinderen maakten me duidelijk hoe zij de wereld gaan

begrijpen door er verbeeldingsvol mee om te gaan in hun spel. Ik dank al die leermeesters.

Ik heb geleerd dat verbeelding een vermogen is dat geoefend kan worden, en hoe belangrijk dat is om de wereld in haar rijkdom te ervaren. Van daaruit is het een kleine stap naar het inzicht dat geestelijk verzorgers hun eigen verbeeldingskracht kunnen inzetten en die van een ander kunnen aanspreken in professionele ontmoetingen gericht op het omgaan met levensvragen. Waar vitaliteit van leven onder druk komt te staan door wat er in iemands leven gebeurt, vraagt het inzet van ons verbeeldingsvolle vermogen ons in de ander te verplaatsen, om bij die ander te kunnen zijn in pijn en lijden. En misschien komt het dan tot een ontmoeting waarin een opening ontstaat naar iets nieuws, hoe klein ook: een sprankje hoop, een vonkje verzet tegen een onwenselijke situatie.

De verbeelding is tevens werkzaam in verhalen die zo'n belangrijke rol spelen als het om zingeving en levensbeschouwing gaat. Zowel persoonlijke levensverhalen als culturele verhaaltradities wortelen in ons vermogen om verbindingen te zien tussen dingen die gebeuren, om te leren van vroegere ervaringen, en om ons voorstellingen te maken van wat er zal komen, ten goede of ten kwade. Net als ratjes in een virtuele omgeving, activeren we daarvoor een gebied in onze hersenen dat een belangrijke rol speelt bij het oproepen van herinneringen en toekomst-scenario's, de hippocampus, en daarmee onze verbeeldingskracht.

Dit boek gaat niet in op de technische details van hersenactiviteit die aan de verbeelding ten grondslag ligt. Het is gebaseerd op filosofisch, sociaal- en religiewetenschappelijk onderzoek en op praktijkverhalen van geestelijk verzorgers en kunstenaars. Het is verrijkt door de inzichten van mensen die met me meelazen en -dachten. Ik dank Gertie Blaauwendraad, Lenneke Post en Leontien Sauerwein voor hun betrokkenheid en inspirerende feedback. Het is altijd een feest om met

jullie samen te werken. Ik dank Claudia de Vos voor de mooie foto van haar kunstwerk *Pelgrim|Installatie*: een verbeelding die de ruggengraat van dit boek is geworden! En ik dank alle reisgenoten op mijn schrijfpelgrimage: kortere of langere gesprekken met vrienden, studenten, cursisten en collega's brachten nieuwe inzichten en ideeën die me verder hielpen.

Hans Alma

November 2023

HOOFDSTUK 1

DE GEESTELIJK VERZORGER ALS VERBEELDINGSPROFESSIONAL: EEN INTRODUCTIE

Inleiding

Geestelijke zorg vraagt verbeeldingskracht; in die gedachte neemt dit boek je mee. Het laat je zien wat ik met verbeeldingskracht bedoel en hoe zij werkzaam is in geestelijke zorg. Ik geef je ook handvatten hoe je je eigen verbeeldingskracht kunt oefenen en professioneel kunt inzetten. Daarbij vertrek ik vanuit een visie op geestelijke zorg die ik in deze inleiding kort uiteenzet. Een eerste keuze die aandacht verdient is mijn inzet bij geestelijke *zorg* in plaats van de gangbare term geestelijke *verzorging*.

Losjes geformuleerd staat geestelijke zorg voor begeleiding bij het omgaan met levens- en zinvragen. Die zorg kan in tal van menselijke relaties plaatsvinden: in gesprekken tussen ouders en kinderen, tussen vrienden, levenspartners, of zelfs tussen onbekenden in de trein. Zo'n gesprek kan in termen van het gedicht *Existentie* van Jan Willem Schulte Nordholt gaan over hoe we onszelf lopen te vinden, over eenzaamheid, over onze dromen, over de vraag naar waar we onze voeten zullen richten. In onze hectische en op economische doelen gerichte samenleving is het echter verre van vanzelfsprekend dat mensen elkaar die geestelijke zorg bieden. We hebben geen tijd of vinden geen taal om wat kwetsbaar is te delen. Bovendien kan onderlinge zorg ontoereikend zijn in situaties van onzekerheid en ontregeling die om deskundige begeleiding vragen. Tegen die achtergrond hebben tal van zorgverleners

oog voor levens- en zinvragen en ondersteunen mensen in het omgaan daarmee, bijvoorbeeld verpleegkundigen, artsen, psychotherapeuten en maatschappelijk werkers. Daarnaast zijn er professionals specifiek op het gebied van zingeving en levensbeschouwing, de geestelijk verzorgers. Idealiter werken zij vanuit interdisciplinaire samenwerking. Ik zie geestelijke verzorging als een specialisme binnen het bredere domein van professionele zorg voor zingeving.

Geestelijke zorg is dus een bredere term dan geestelijke verzorging en heeft ook een wat andere connotatie. Termen als 'verzorging', 'begeleiding', 'hulpverlening' en 'advisering' die gebruikt worden om de taken van de geestelijk verzorger aan te duiden, roepen bepaalde associaties op. Je denkt al snel aan eenrichtingsverkeer van professional naar gesprekspartner(s). Dit boek kiest een andere insteek. Uitgangspunt is dat geestelijk zorg bij uitstek een relationele aangelegenheid is, met eigen inbreng van alle deelnemers. De term zorg geeft ruimte voor die wederkerigheid en vraagt een specifieke houding van waaruit je als professional werkt. We zullen zien dat die houding in de eerste plaats openheid vereist voor wat er in de relatie tot de ander gebeurt. Voorts maakt de zorgethiek duidelijk dat 'zorg' een politieke betekenis heeft, als perspectief van waaruit je een samenleving kunt inrichten (Tronto, 1993). Daarmee krijgt geestelijke zorg maatschappelijke relevantie. Ook dat zie ik als een kracht van de term zorg die minder tot uitdrukking komt in de term verzorging. Toch zal ik ook de in het veld van geestelijk verzorging gebruikelijke termen gebruiken en de professional waar het mij om gaat als geestelijk verzorger aanduiden. Die aansluiting bij de gangbare aanduidingen van het vak verhoogt de herkenbaarheid van wat ik hier beschrijf, mede in relatie tot andere literatuur op dit gebied.

Ik geef in dit boek geen algemene inleiding in de theorie, methodiek en praktijk van geestelijke zorg. Ik steek onmiddellijk in bij een specifieke benadering, die ik aanduid als hermeneutisch en verbeeldingsvol. Ik laat in dit boek zien hoe de geestelijk verzorger de eigen verbeeldings-

kracht kan oefenen om in de ontmoeting met een gesprekspartner² tot ‘hermeneutisch experimenteren’ te komen. Ik leg uit waarom dat de eigenheid van geestelijke verzorging in relatie tot andere professionals op het gebied van zingeving versterkt, en waarom het de kwaliteit van de professionele ontmoeting ten goede komt. Ik noem de geestelijk verzorger een verbeeldingsprofessional die gebruik maakt van (religieuze) verhalen, rituelen, poëzie en andere kunstvormen in het inhoud geven aan de op de zin- en levensvragen van de ander gerichte ontmoeting. Voor de geestelijk verzorger als verbeeldingsprofessional gebruik ik het beeld van de pelgrim, dat ik in de afgebeelde installatie van kunstenaar Claudia de Vos vind, en dat ik verbind met de existentiële reis in het gedicht van Jan Willem Schulte Nordholt.

In het gedicht is iemand op zoek; er is sprake van een ik dat doolt, dwaalt en verdwaalt – in zichzelf en misschien ook in een samenleving waarin het sterk op zichzelf is aangewezen. Het is verbaasd en eenzaam, het luistert, ziet en loopt vol met dromen juist als het wakker wordt op een open plek in het bos. In de installatie *Pelgrim* zien we hoe dat gebeurt in verbinding met de natuur, met het hout van de bomen, de bijen die een rustplaats vinden, de takken die dromen van nieuw leven. Het ik wil de aarde groeten en God ontmoeten. Dat kan de kern zijn van geestelijke zorg als we ‘God’ breed mogen opvatten in termen van wat voor mensen van diepe waarde is, wat hun persoonlijke belangen overstijgt, wat ontzag en eerbied oproept, en een inspirerend, motiverend appel op hen doet. Woorden schieten hier gemakkelijk te kort; ik kies ervoor om in dit verband van heilig te spreken. In het domein van het heilige is de geestelijk verzorger een pelgrim die een eindje met iemand meereist

2 Ik besef dat geestelijke verzorging niet altijd de vorm aanneemt van een gesprek. Toch geef ik de voorkeur aan de term gesprekspartner boven de termen cliënt en patiënt, die onvoldoende recht doen aan de wederkerigheid in de relatie (die blijft bestaan ondanks onvermijdelijke positie- en machtsverschillen). Voorts gebruik ik de termen ‘ontmoeting’, ‘begeleidingsontmoeting’ en ‘professionele ontmoeting’ als synoniemen en is mijn keuze afhankelijk van de context waarin de term ter sprake komt.

en al zoekend nieuwe mogelijkheden verkent. Mogelijkheden voor een moment van ontspanning of troost, voor hoop in een ontmoedigende situatie, voor een gebaar dat kracht geeft in een situatie die machteloos maakt, voor een woord dat iemand verder helpt in de eigen zoektocht.

In de benadering van geestelijke zorg die ik in dit boek presenteer, staat de zoekende mens centraal die antwoordt op een appel dat van het leven uitgaat – wat doe ik met dit leven dat mij gegeven is of mij is toegeval- len? In dat antwoorden kan de mens creatief zijn: iets eigens inbrengen dat iets teweeg brengt in de wereld.³ Dit mensbeeld zegt iets over de zoekende manier waarop ik zelf in het leven sta en over de last en kracht van twijfelen die ik ervaar. (Academische) reflectie op dat eigen zoeken en twijfelen werkt door in mijn opvatting van professionele geestelijke zorg en in de rol die ik daarin aan verbeelding toeken. Een andere belangrijke invloed is mijn verontrusting over maatschappelijke en ecologische ontwikkelingen: er staat voor mij veel op het spel in hoe we met de existentiële onzekerheden van onze tijd omgaan. Slagen we erin de aarde leefbaar te houden, voor ons mensen en onze medebewoners van de planeet? Ik zoek naar een vorm van geestelijke zorg die zich bekomert om hoe wij de aarde bewonen en die mensen nieuw perspectief kan bieden in persoonlijk en maatschappelijk leven. Het beeld van de pelgrim die haar tocht aflegt in nauw contact met wat haar omgeeft en wie zij ontmoet, spreekt me hierbij aan. De geestelijk verzorger zien als een ervaren, geoefende medereiziger op pelgrimage, die de antwoorden niet paraat heeft maar die wel steun kan bieden in de zoektocht van een ander, helpt om een aantal begrippen te begrijpen die in dit boek centraal staan. Ik licht ze hier kort toe: levensbeschouwelijke competentie, levensverkenning, verbeelding en hermeneutisch experimenteren.

3 Mijn inspiratie vind ik bij het begrip nataliteit van Hannah Arendt, dat staat voor het geboren worden in de wereld als unieke persoon, in staat tot spreken en handelen waarmee iets nieuws tot stand wordt gebracht. 'Het feit dat de mens in staat is tot handelen, betekent dat het onverwachte van hem kan worden verwacht, dat hij kan waarmaken wat in de hoogste mate onwaarschijnlijk is.' (Arendt, 2017, p.162)

Levensbeschouwelijke competentie

De geestelijk verzorger is een professional op het gebied van zingeving en levensbeschouwing. Deze twee begrippen drukken in combinatie het eigene van geestelijke verzorging uit. Hierin onderscheidt dit vak zich van bijvoorbeeld een therapeutische context waarin aandacht wordt besteed aan zingeving. De geestelijk verzorger doet dit vanuit een specifieke *levensbeschouwelijke competentie*. Met levensbeschouwelijke competentie bedoel ik:

Het (onderscheidings)vermogen en de vaardigheden om

- vanuit een helder zicht op en contact met de eigen levensbeschouwelijke inspiratie anderen bij te staan in de omgang met levensvragen, en
- waar aangewezen: aansluitend bij de levensvragen van de gesprekspartner een brug te slaan tussen diens persoonlijke verhaal en het bredere kader dat geboden kan worden vanuit levensbeschouwelijke bronnen.

Het ontwikkelen van deze competentie maakt de kern uit van opleidingen tot geestelijk verzorger. Nodig zijn zowel het recht doen aan de levensbeschouwelijke inspiratie van de ander als het vermogen voeding te ontlenuen aan de eigen levensbeschouwelijke bron(nen). Opent zich een nieuw perspectief in de situatie van de gesprekspartner, wanneer die levensbeschouwelijke gezichtspunten met elkaar in dialoog gebracht kunnen worden? Op die vraag kom ik in de paragraaf over verbeelding en hermeneutisch experimenteren terug. Nu wil ik eerst nader ingaan op levensbeschouwing en het daarmee samenhangende begrip levensverkenning.

Zingeving en levensbeschouwing hangen in de geestelijke zorg nauw met elkaar samen. Eigenlijk spreek ik liever van *verlangen naar zin* dan van zingeving, om uitdrukking te geven aan het zoekende karakter van

dit proces (Alma, 2020). Verlangen naar zin komt voort uit ervaringen of juist gemis van verbondenheid en is gericht op het goede leven. Het motiveert ons om in ons handelen gestalte te geven aan wat we als goed ervaren. En daar komt levensbeschouwing om de hoek kijken. Het is immers in levensbeschouwingen zoals die in de geschiedenis van de mensheid vorm hebben gekregen, dat verbeeldingen van het goede aangereikt worden. Ik spreek over verbeeldingen, omdat het me niet zozeer gaat om de geloofsbelijdenissen, de dogma's, de leerregels. Het gaat me om de beelden die een levensbeschouwelijke traditie oproept in verhalen, beeldende kunst, muziek, rituelen en praktijken. Beelden die iets laten zien van hoe het leven er uit zou kunnen zien. Beelden die ons verlangen richten of de weg openen naar een plek waar het goed is om te zijn, en die ons inspireren tot handelen.

Levensbeschouwing vindt haar wortels in ons verlangen naar zin. Dit verlangen komt voort uit vroeg-kinderlijke lichamelijke gewaarwordingen van geborgenheid en verbondenheid, of juist uit het gemis daarvan. Geborgenheid biedt een basis voor het gaan verkennen van de wereld in spel dat de nieuwsgierigheid prikkelt. Een spelend kind maakt zijn wereld steeds een stukje groter en geeft daarvoor desnoods wat geborgenheid op. Zich stoten of vallen kunnen het niet tegenhouden. Een kind dat te weinig geborgenheid ervaart, zal eerder terughoudend zijn in het onderzoeken van zijn omgeving, of juist op (zelf-)destructieve wijze de grensoverschrijding zoeken. Uitgaande van een opvoedingssituatie die 'goed genoeg' is (Winnicott, 1973), zullen kinderen de ervaring opdoen van de wereld als een goede en uitnodigende plaats om te zijn. Kristin Neff (2011) wijst erop dat het vermogen om zorgzaamheid te ontvangen en te bieden deel uitmaakt van onze genetische opmaak, omdat onze soort zonder verzorgende emotie niet zou kunnen overleven.⁴

4 Neff spreekt van het *tend-and-befriend-instinct* dat bepalend is voor de overlevingskansen van een dier(soort): bescherming van het nageslacht geeft meer kans op het met succes doorgeven van genen aan de volgende generatie, en heeft dus een sterke adaptieve functie (2011, p.56).

Een andere pijler van ons vermogen om de wereld als zinvol te ervaren, vormen sociale verbeeldingen van het goede, die de achtergrond vormen van wat wij van de wereld hopen (Taylor, 2003). We krijgen ze aangereikt in sociale contacten, waarin het ons duidelijk wordt wat mensen van elkaar verwachten, wat zij als een wenselijke vorm van samenleven zien en welke doelen zij nastreven. Dat gebeurt niet alleen via expliciete regels en wetgeving, maar vooral via de verhalen, anekdotes, grappen, voorbeeldfiguren die in een bepaalde sociale omgeving doorgegeven worden. Zij verbeelden een gewenste (sociale) werkelijkheid die helpt om koers te bepalen in het leven van alledag.

Richtinggevend als deze sociale verbeeldingen zijn, laten zij toch ruimte voor individuele creativiteit en vernieuwing. Die ruimte ontstaat bijvoorbeeld wanneer er iets onverwachts gebeurt. Dat kan een intense ervaring zijn die ons naar buiten richt, naar een ander die iets bij ons teweeg brengt. Bijvoorbeeld wanneer we verliefd worden, of een kind geboren wordt, of wanneer een dierbare onze zorg nodig heeft. Ik spreek van een moment van transcendentie wanneer zo'n ervaring inbreekt in de routine van alledag en ons verbinding doet zoeken met het grotere geheel waarvan wij deel uitmaken. Het maakt niet uit of we dat grotere geheel religieus duiden of niet; het kan om een ervaring van liefde, wereldburgerschap of een ontmoeting met God gaan. Het gaat hoe dan ook om ervaringen van het goede die het verlangen in ons wekken ons daarop af te stemmen. Overigens kan een ervaring die inbreekt in onze alledaagse zingeving ook verbijstering of zelfs walging in ons oproepen. We kunnen ons verpletterd voelen door wat ons overstijgt. Ten goede of ten kwade, ervaringen van transcendentie kunnen tot bijstelling van sociale verbeeldingen leiden met individuele of sociale gevolgen. Ze liggen ten grondslag aan persoonlijke transformatie en maatschappelijke revoluties.

Diep ingrijpende ervaringen die ons wereldbeeld transformeren of doen schokken, kennen tal van uitdrukkingsvormen in de geschiede-

nis van de mensheid: in kunst, literatuur, religie, filosofie, theologie. Hierin zijn tradities ontstaan. Traditie vat ik op als een verdichting van de sociale verbeeldingen die vaak impliciet richting geven aan hoe we onze wereld begrijpen. Ik vind verdichting een mooie term, omdat traditievorming vaak poëtische expressie krijgt in liederen, verhalen en rituelen. Maar verdichting kan ook komen te staan voor verharding: voor duidelijke stellingnames over hoe we ons tot de wereld hebben te verhouden. Traditie kan de verbeelding voeden, maar kan haar ook drastisch inperken en aan banden leggen. Wanneer we aan levensbeschouwelijke tradities denken, staan die associaties misschien op de voorgrond: de onbuigzaamheid van fundamentalistische religies, de richtingensrijd die zo ongeveer elke religieuze traditie kent, de verbetering van anti-godsdienstige vormen van humanisme.

Dat brengt mij bij de beperkingen van het concept levensbeschouwing met zijn betekenisassociaties in onze cultuur. Met name het statische karakter ervan (levensbeschouwing als een duidelijk afgebakend moreel en zingevingskader) en de nadruk op het cognitieve karakter van beschouwen, maken dat de term aanvulling behoeft om bruikbaar te blijven voor mijn visie op geestelijke zorg. Ik vind die aanvulling in het begrip *levensverkenning*.

Levensverkenning

De pelgrim loopt: wie of wat bepaalt de pas? Naar waar, naar waar? We zijn in ons leven allemaal pelgrims en we mogen hopen reisgenoten te vinden. Maar hoe komen we in deze tijd tot richtinggevende uitdrukkingsvormen van het goede leven die we met elkaar kunnen delen? Levensbeschouwelijke tradities hebben immers voor velen hun betekenis verloren. Secularisering betekent in ons deel van de wereld dat bestaande, traditionele levensbeschouwelijke uitingen langzaam aan hun relevantie voor het dagelijks leven van mensen verliezen. Toch

is er bij velen een blijvend verlangen om de aarde te groeten 'met een herkendend nieuw en oeroud lied'. Kunnen we een term vinden die recht doet aan dit verlangen dat zich in een seculiere samenleving niet zo gemakkelijk verbindt met bestaande levensbeschouwingen?

Levensverkenning is voor mij een term die iets zoekends, iets explorerends heeft en die niet alleen op onze beschouwelijke vermogens betrekking heeft. Het gaat om tastend een weg zoeken waaraan ons lichaam voluit deelneemt. Het is het zoekend lopen dat in het gedicht *Existentie* van Jan Willem Schulte Nordholt zo mooi tot uitdrukking komt. Verkenning is een op weg gaan vanuit verlangen, zonder van tevoren precies te weten wat zal worden aangetroffen. Zij vraagt de moed van openheid voor wat onbekend en vreemd is.

Kernachtig aangeduid gaat het bij levensverkenning om:

- een praktijk van (her)oriëntatie gericht op zin- en waardevol leven,
- die in alle aspecten van ons bestaan tot uitdrukking komt als een creatief omgaan met wat voorhanden is,
- en die zich in bewuste vorm manifesteert naar aanleiding van contrastervaringen.

Levensverkenning is een alledaagse praktijk die richting geeft aan ons verlangen naar zin. Deze praktijk is doorgaans latent aanwezig in ons leven. We staan er niet bij stil, maar zij komt bijvoorbeeld tot uitdrukking in hoe we ons kleden en ons eten bereiden, in hoe we een ander groeten of een cadeautje geven. Daarin zijn we creatief. Creativiteit heeft te maken met het eigene dat ieder mens inbrengt in de vormgeving van leven en samenleven. Daardoor kan iets werkelijk nieuws ontstaan dat we niet hadden kunnen voorspellen uit wat al bestond. Creativiteit creëert openingen in de vanzelfsprekende manier waarop we ons leven doorgaans organiseren. Levensverkenning wordt bepaald door de persoonlijke toets, de unieke invalshoek van waaruit wij ons leven vorm geven.

In bewuste vorm wordt levensverkenning slechts zichtbaar op specifieke momenten, die ons expliciet doen stilstaan bij wat zich voordoet in ons leven. We kunnen spreken van contrastervaringen: ingrijpende positieve of negatieve ervaringen die een vanzelfsprekende betekenisverlening doorbreken (Anbeek, 2018). Juist omdat we niet meer op onze routines kunnen vertrouwen, doen dergelijke ervaringen een sterk beroep op ons verlangen naar zin. Zij kunnen de klacht oproepen dat de wereld voor ons niet langer een goede plek is om te zijn. Of ze doen ons van richting veranderen, omdat we beseffen dat we vastgelopen waren in ons zoeken naar het goede. Of wat goed is wordt zichtbaar op een plek waar we dat niet verwacht hadden.

Levensverkenning in deze bewuste vorm gaat over de mogelijkheid uitdrukking te geven aan contrastervaringen en wat ze met ons doen. Levensverkenning gaat ook over toegang vinden tot bronnen die kunnen helpen bij onze heroriëntatie. Voor veel mensen zijn religieuze tradities niet langer vindplaatsen voor dergelijke bronnen, maar misschien wel literatuur, (populaire) kunst of filosofie. Levensbeschouwelijke bronnen zijn overal te vinden waar de verbeelding ons in staat stelt voorstellingen te maken van het goede leven en deze richtinggevend te laten zijn in ons handelen.⁵

De relatie tussen levensbeschouwing en levensverkenning blijft van belang. Levensverkenning kan aan het licht brengen wat doorgaans onder de oppervlakte blijft: sociale verbeeldingen van het goede die onze keuzes in hoge mate beïnvloeden. Aan het licht brengen betekent dat we er (kritisch) op kunnen reflecteren. De beschouwing houdt zo een plek in het proces van zoeken naar zin. Aan het licht brengen betekent ook dat we duidelijkheid krijgen over onze levensbeschouwelijke bronnen en daar bewust toegang toe kunnen zoeken. Voor de geestelijk verzorger

5 Zie Alma (2018) voor een uitgebreidere bespreking van levensbeschouwing.

betekent het dat levensbeschouwelijke bronnen ingezet kunnen worden in wat ik *hermeneutisch experimenteren* noem.

Verbeelding en hermeneutisch experimenteren

De term verbeelding is nu al meerdere keren gevallen, zonder uitleg van wat ik er precies mee bedoel. Ik heb ook de term creativiteit gebruikt. Dat kan onrustig maken: wat als je niet verbeeldingsvol en creatief bent? Die bezorgdheid wil ik direct wegnemen, want zoals ik de begrippen gebruik, gaan zij op voor ieder mens. Verbeelding en creativiteit zijn niet voorbehouden aan kunstenaars. Kunst kan wel een verbeeldingsvol proces op gang brengen door ons letterlijk te laten stilstaan bij wat we zien of horen. In de aandacht die we voor een kunstwerk opbrengen, kunnen we ook oog krijgen voor de wereld om ons heen waar we zo vaak van wegkijken. Dan kan er zomaar iets nieuws verschijnen: een mogelijkheid die we pas konden waarnemen door echt met aandacht in de situatie te zijn. Daar gaat verbeelding over.

Onder verbeelding versta ik:

- het vermogen om het gegevene te zien in het licht van het mogelijke;
- het vermogen om zich concrete voorstellingen te maken van die mogelijkheden (van abstract ideaal naar handelingsmogelijkheid);
- het vermogen om van perspectief te wisselen en (kritisch) te reflecteren op die voorstellingen.

We zijn als mens niet gebonden aan instinctmatig handelen, we zijn in staat om alternatieven af te wegen. Dat betekent dat we in vrijwel iedere situatie meerdere handelingsmogelijkheden hebben. Verbeeldingskracht is dit vermogen om in een gegeven situatie potentiële betekenissen en uitkomsten te zien. Daarvoor moeten we eerst aandachtig naar de situatie kijken: verbeelding is geen vlucht uit de werkelijkheid. Verbeelding is stevig geworteld in de realiteit.

In mijn opvatting van verbeelding is een drieslag zichtbaar die over het nog abstracte 'mogelijke' naar concrete voorstellingen loopt, aangevuld met (kritische) reflectie. In die drieslag krijgt verbeelding morele kwaliteit in de zin dat zij getoetst wordt aan een visie op het goede en richting geeft aan ons verlangen naar dat goede. Het mogelijke in abstracte zin kan aangeduid worden met termen als rechtvaardigheid, wereldvrede, humane samenleving, nirvana, Koninkrijk Gods, Paradijs. Die termen duiden onze verbeeldingen van het goede aan. Zij worden pas richtinggevend in ons handelen wanneer we meer concrete voorstellingen kunnen maken van wat die termen in ons leven betekenen. Voorstellingen die duidelijk maken hoe wij tot de realisatie daarvan kunnen bijdragen. Reflectie op die mogelijkheden is nodig omdat verbeelding niet vanzelfsprekend een positief en tot het goede bijdragend vermogen is. Met reflectie bedoel ik een (innerlijke) dialoog met de omgeving aangaan om te toetsen wat de realisatie van eigen voorstellingen daarin teweeg zou brengen. Van kritische reflectie is sprake wanneer we daarbij bereid zijn ook geliefde voorstellingen ter discussie te stellen, bij te stellen of los te laten.

We kennen allemaal in ons persoonlijke en in het maatschappelijke leven vormen van verbeelding die destructief uitpakken. We kunnen ons voorstellingen maken van onze situatie die ons eerder angst aanjagen en verlammen. We weten hoe dictators de verbeelding van hun onderdanen manipuleren om hun eigen macht te bestendigen. Daarom vraagt verbeelding kritische reflectie, die zij in feite zelf mogelijk maakt. Dankzij onze verbeelding kunnen we ons in een ander verplaatsen en ons voorstellen dat de situatie er voor hem of haar anders uitziet. We kunnen zo toetsen wat de realisatie van onze voorstellingen betekent voor andere betrokkenen. Morele verbeelding betekent dat we het gehele verbeeldingsvolle proces gepaard laten gaan met die reflectie, die toetsing aan een visie op het goede. Meer specifiek (gebaseerd op Narvaez & Mrkva, 2014):

- In morele verbeelding staat het mogelijke in het licht van het goede en rechtvaardige.
- Morele verbeelding onderzoekt concrete voorstellingen op handlingsmogelijkheden ten dienste van anderen.
- Morele verbeelding vraagt gevoeligheid voor mensen en voor de wereld zoals die zich aandient in al haar verschijningsvormen.

Voor geestelijk verzorgers betekent de inzet van morele verbeelding in de begeleidingsontmoeting dat zij ruimte creëren voor hermeneutisch experimenteren. Dat vraagt uitleg. Ik heb mijn benadering van geestelijke zorg hiervoor aangeduid als hermeneutisch en verbeeldingsvol. In een hermeneutische benadering zijn *verhaal* en *dialogoog* belangrijke begrippen. Uitgangspunt is dat de geestelijk verzorger werkt met levensverhalen in de context van bredere verhalen die in de loop van eeuwen zijn ontstaan, vastgelegd en verder ontwikkeld. Het is problematisch geworden om hiervoor de term grote verhalen te gebruiken: die term wordt geassocieerd met waarheidsaanspraken die voor velen niet langer geloofwaardig zijn. Een mooi alternatief is om te spreken van ‘sterke verhalen’ (Lijster, 2019) die niet dwingend voorschrijven hoe te leven, maar die wel de kracht hebben om mensen inzicht te geven in hun bestaan, hen helpen hun ervaringen te plaatsen en verwerken, en die perspectieven naar de toekomst openen. Sterke verhalen zijn te vinden in religies, maar ook in de bredere literatuur, films of bijvoorbeeld de (populaire) muziekcultuur. We kunnen ze ook bronverhalen noemen, waar uit te putten valt op moeilijke momenten.

In verhalen gaat het om meer dan om betekenisverlening. Zij zijn verbeeldend, performatief en verbindend en nodigen uit tot beeldende of muzikale uitdrukkingsvormen. Verhalen spreken niet alleen onze cognitieve vermogens aan, maar raken ons ook in affectieve zin en roepen op tot handelen. Zij bewegen zich op het volledige spectrum van zingeving. Hiervoor bracht ik zin in verband met *ervaringen van geborgenheid en verbondenheid*. Dat ons vermogen om affectie en verbondenheid te

ontvangen deel uitmaakt van onze biologische natuur (Neff, 2011, p.56), geeft deze ervaringen een stevige lichamelijke verankering. Daarnaast zijn zij sociaal verankerd, en in relatie tot sociale verbeeldingen krijgen zij *betekenis* in het licht van ons streven naar het goede. Dit streven uit zich in een *motivatie tot handelen*, een handelen dat wordt uitgelokt wanneer (verlangen naar) het goede doorbreekt in ons leven. We richten ons dan op wat in brede religieuze termen als transcendentie, het heilige of het ultieme wordt aangeduid, en wat een traditiespecifieke invulling kan krijgen.

Job Smit (2015) duidt verbondenheid, betekenis en motivatie aan als drie gestalten van zin. In het zingevingsproces gaat het om de onderlinge interactie tussen deze drie zingestalten. Ik vind dit model zeer bruikbaar. Het betekent dat het cognitieve domein steeds gerelateerd moet worden aan persoonlijke, affectieve ervaringen en aan wat mensen motiveert in het handelend vormgeven van hun leven. Smit spreekt in dat verband over ‘spirituele conformiteit’, waarmee hij niet bedoelt dat de spiritualiteit aan een bepaald vastgesteld kader moet voldoen. Conformiteit duidt erop dat er een duidelijke lijn zit in hoe mensen hun zingeving vanuit verbondenheidservaringen en betekenisverlening al handelend vormgeven in hun levensstijl. Er is dan sprake van afstemming, van een spirituele levenshouding. Het is belangrijk dat geestelijk verzorgers zich bewust worden van deze lijn tussen verbondenheid, betekenis en handelingsmotivatie, zowel in hun persoonlijk levensverhaal als in het levensverhaal van de ander, met het oog op professioneel handelen.

De levensbeschouwelijke vitaliteit en plausibiliteit die Smit als een van de begeleidingsdoelen van geestelijke verzorging ziet, beperken zich niet tot een bepaalde traditie. De meeste geestelijk verzorgers krijgen frequent te maken met situaties waarin de cliënt of gesprekspartner een andere levensovertuiging heeft: we spreken dan over niet-traditiespecifieke of interlevensbeschouwelijke geestelijke zorg. Perspectiefwisseling

en dialoog nemen daarin een belangrijke plaats in. Tegen deze achtergrond versta ik onder hermeneutisch experimenteren:

- Een beweging tussen de eigen levensbeschouwelijke inspiratie en die van de ander, met het oog op het begrijpen van de ander waardoor deze zich erkend voelt en een verruiming van perspectief kan ontstaan.
- De beweging heeft een speels karakter, gericht op het creëren van een experimenteerruimte waarin iets nieuws kan verschijnen.

Er wordt dus niet gezocht naar neutrale taal, maar naar een ontmoeting vanuit verschillende levensbeschouwelijke bronnen. De beweging beperkt zich niet tot de levensbeschouwelijke taal van de ander, maar brengt iets nieuws tot stand waaraan beide gesprekspartners bijdragen. Dat vraagt zowel van de geestelijk verzorger als van de gesprekspartner openheid om tot verdieping te komen of te veranderen. In hermeneutisch experimenteren breng je jezelf mee en zet je iets op het spel. Het vraagt een gevoelig aftasten of de benodigde openheid bij de ander (en jezelf) aanwezig is en hoe voldoende veiligheid geboden kan worden. Zoals ik in het volgende hoofdstuk zal uitwerken, hangt hermeneutisch experimenteren nauw samen met een relationele opvatting van geestelijke verzorging, waarin openheid en gevoeligheid voor wat in de relatie gebeurt, tot de basishouding van de geestelijk verzorger behoren. Dit boek nodigt uit tot het ontwikkelen van die basishouding en het probeert daarbij een ‘pelgrimsstaf’ te bieden.

Tot besluit

Een aantal kernbegrippen staan nu op de kaart om richting te geven aan de geestelijk verzorger als verbeeldingsprofessional. Maar we moeten toch nog even terug naar die blote voeten in de installatie van Claudia de Vos. De humanist Jaap van Praag gaf humanistisch raadslieden de volgende, aan de bijbel ontleende aansporing mee: ‘Doe uw